

Ю.М. Бубенцов  
УГЛТУ, Екатеринбург

## **ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА ЧЕРЕЗ ЕДИНОБОРСТВА**

Время в которое мы живем – время перемен, время потрясений, катастроф, время эволюции сознания человека, характеризующейся сменой мировоззренческих концепций на мировоззрение, в основе которого лежит информационно-энергетическая модель Вселенной.

В Древневосточной философии под духовностью человека понимается глобальное видение всех жизненных процессов в их взаимодействии, взаимосвязи, единстве, целостности, гармонии человека и Вселенной.

Интересен путь самопознания, самосовершенствования через единоборства. Единоборства – одно из мощнейших средств воспитания человека. В основе определенных видов единоборств лежит жизнеутверждающая философия, базирующаяся на информационно-энергетической картине мира, единстве духовного и физического в человеке, гармонии с самим собой и окружающим миром.

Единоборства прошли путь качественного перерождения от полуживотных инстинктов, спортивного азарта к наивысшим духовным ценностям, от детской забавы к духовной зрелости в понимании смысла человеческой жизни, понимание которой и трансформирует все сферы человеческой деятельности.

Слово «единоборство» содержит в себе два смысловых значения: первое «едино» – целостность, единство, взаимосвязь природы, общества, человека и мироздания; второе «борство» – борьба, противоборство, борьба не человека с человеком за спортивные результаты или выяснение отношений эмоционального или материального плана, не с противником, а со своими слабостями – ленью, страхом, невежеством, личностными несовершенствами.

Недаром на гербе России изображен Георгий Победоносец, убивающий змея, который во всех традиционных культурах означает страх, эгоизм, гордыню, невежество. Поверженный змей символизирует победу над самим собой, путь к себе.

Всплеск увлечения единоборствами без нравственной, философской основы, культивирование техники и погоня за спортивными результатами приводит к деградации занимающихся, будит в них низменные инстинкты, агрессию, злобу, ненависть и губительно сказывается на здоровье физическом и духовном.

Единоборства, как и всю деятельность человека и человечества, можно условно разделить на два пути познания реальности: внешний и внутренний.

Первый путь развития, заключается в том, что все внимание и энергия направлены на внешний мир: изучаются его законы и используются знания для более эффективного удовлетворения все возрастающих потребностей общества. Конкуренция, рыночная экономика, хищническое природопользование – это путь развития техногенной, эгоистической, потребительской цивилизации современного общества, основанного на материалистической науке, которая привела человечество к глобальному кризису социальной жизни на земле; путь насилия над собой и другими, подавление, использование, эксплуатация, иждивенчество, эгоизм; путь бесперспективный, обреченный на поражение; вечная борьба и насилие; зло порождает зло, только в больших масштабах. Насилие порождает насилие. Замкнутый круг, ведет к неминуемой катастрофе и самоуничтожению человечества [1].

Внешние формы единоборств спортивного направления: карате, дзюдо, некоторые стили ушу, айкидо, рукопашный бой, тхеквондо, тайланский бокс, борьба самбо и т.д., – все они построены на демонстрации подавления силой в сочетании с определенной техникой. Духовное развитие понимается в умении терпеть боль, преодолевать свой страх и идти путем преодоления своих слабостей, включая спортивную злость, проявляя волю характер, доказывая себе и другим, что ты самый сильный, смелый, техничный, волевой, развивая эгоизм, гордыню, чрезмерное себялюбие, и в какой-то мере, жестокость по отношению к противнику. Воспитание культа силы, насилия, жестокости, негативно сказывается на жизненной позиции и нравственном здоровье подрастающего поколения и не только подрастающего.

Другой путь развития заключается в том, что внимание уделяется внутреннему миру человека. Это путь созидания, активизации, пробуждения внутренних сил человека во взаимодействии с природой и другими людьми. Познай себя и ты познаешь мир. Познавая себя, ты познаешь Бога в себе. Бог – это целостность, реальность, в которой мы живем. Во внешних направлениях единоборств противник является препятствием, помехой на пути к победе над ним, которого надо победить в рамках правил данного единоборства. Во внутренних единоборствах твой напарник-партнер помогает тебе открыть твои недостатки и помогает их преодолеть в совместной работе над телом и духом. Целостность, взаимосвязь Вселенной и человека осуществляется Божественной энергией - всепроникающей, вечной, неизменной, бесформенной и в то же время творческой, созидающей, разумной, началом всего сущего, рождающей все формы.

Духу дано тело как инструмент осознания физической реальности. Тело человека есть энергия, постоянно движущаяся, живая, осознающая себя энергия, но она подавлена ограничениями, представлениями, кон-

цепциями ума. Ум человека есть самая изощренная сущность, мешающая раскрыть человеку безграничные возможности, заложенные в него природой - творящей разумной энергией, частью которой и является человек. Ум человека рассуждает, осуждает, разделяет, анализирует, познавая реальность, созданную Богом, и нарушает целостность мироздания, не понимая последствий своих действий для самого себя и природы. Человеческий ум научился расщеплять атом, извлекая огромную энергию, и создал, по неразумению своему, атомную бомбу, освоил термоядерный синтез – энергию объединения – и создал еще мощную водородную бомбу. Человеческий ум вне Бога без понимания целостности Вселенной ее разумности опасен для самого человека и окружающего его мира.

Интересно, что мировоззрение человека и знания о самом себе, о возможностях сознания, мышления могут выражаться в движениях, которые проявляются при взаимодействии с партнером.

Информационно-энергетическая картина мира подтверждает идеи древневосточной философии, которая является стержнем, основой внутренних видов единоборств. Философ Древнего Востока под духовностью человека понимали глобальное видение всех жизненных процессов в их взаимодействии, взаимосвязи, единстве, целостности гармонии человека и Вселенной.

Пробуждение осознания, овладение энергией осознания является сутью занятий внутренних направлений единоборств.

Все, что было тайным, становится явным. Все знания есть в человеке, не надо ехать на Восток и искать себе учителя и быть всю жизнь попугаем, вечным учеником [5].

Учитель внутри нас. Надо только научиться слышать его.

Интересно, что в названии внутренних восточных единоборств в иероглифах заложен основной философский смысл развития человека. Каждый иероглиф несет большое количество понятий и смыслов по сравнению с европейскими языками и дает более объемное восприятие реальности, например в названиях китайских школ внутренних единоборств:

Тайчи – «Тай» означает «Великий предел мироздания», «чи» – энергия, пронизывающая животворящая, разумная. охватывающая этот великий предел;

Тайцзицюань – «Тай» – предел, «цзи» – энергия, «цюань» – означает кулак, олицетворяющий единство мироздания;

Цигун – древнейшая система психофизического развития человека в Китае: «ци» - энергия, «гун» - работа с энергией;

Илицюань – «Сознание и сила слиты воедино», «Сознание господствует над силой, «Использовать сознание, не использовать силу».

Подобным образом сформулированы и названия японских школ внутренних направлений единоборств:

Айкидо – «Ай» – согласовывать, объединять, возрастать; «ки» – космическая энергия, дающая жизненную силу человеку; «до» – путь, дорога ведущая к совершенству в искусстве на основе развития интуиции, развивающей мастерство в практике;

Айкидзюцу – Путь Айки – Великой Гармонии, ведущей к духовной свободе, доступной для всех; принцип Айки подразумевает объединение, гармонию своей энергии ки с целью освобождения жизненных сил и их слияния с энергией Вселенной; «дзюцу» – мягкий, гибкий путь к победе, без усилий и напряжений, один из переводов – «завоеванная пустота».

Духовность при занятиях единоборствами заключается в первую очередь в том, чтобы научиться наиболее эффективно пользоваться возможностями своего тела, данными нам Богом и не издеваться над своим телом, истязая себя чрезмерными физическими нагрузками ради каких-то временных результатов. Любовь к себе заключается в правильном использовании возможностей своего тела, жизни на этой Земле, приносящей пользу себе, людям, живущим рядом, бережном отношении к природе и всему, что есть на данной нам Богом Земле.

Итак, для того чтобы быть здоровым человеком и физически, и духовно необходимо иметь понимание и научно обоснованные знания о том, как функционирует наш организм, как он связан с окружающим миром, как влияет на наше здоровье наши мысли и эмоции, и исходя из этого научиться жить в гармонии с самим собой и окружающим миром не боясь, радуясь жизни и радуя окружающих людей своей деятельностью.

От каждого из нас многое зависит и необходимо понять, что человек является сосредоточием, генератором, проводником огромных энергий созидających или разрушающих нас самих и многомерный Космос, и мы ответственны за все, что творится в мире. Многообразие в единстве всего сущего. Практика осознания, возвращение себе целостности восприятия реальности – это и есть духовность, сосуществование в единстве со всем сущим.

#### *Библиографический список*

1. Сагоян О.А. Ушу: философия движения. М.: Медиа, 2012.
2. Коновалов С.П. Творение мира. Тверь, 2010.